

**HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DIMEDIASI OLEH KEBAHAGIAAN SISWA**

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Derajat Gelar S-2
Program Studi Magister Psikologi Sains**



Disusun oleh:

FITRI ATIKASARI

NIM. 201710440211024

**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

April 2019

**HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DIMEDIASI OLEH
KEBAHAGIAAN SISWA**

Diajukan oleh:

FITRI ATIKASARI

201710440211024

Telah disetujui

Pada hari/tanggal, Kamis/ 28 Maret 2019

Pembimbing Utama



Dr. Diah Karmiyati, M.Si

Pembimbing Pendamping



Dr. Djudiah, M.Si.



Akhsanul In'am, Ph.D.

Ketua Program Studi
Magister Psikologi



Dr. Iswinarti, M.Si.

TESIS

Dipersiapkan dan disusun oleh:

FITRI ATIKASARI

201710440211024

Telah dipertahankan di depan Dewan penguji

Pada hari/tanggal, **Kamis/ 28 Maret 2019**

Dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Magister/ Profesi di Program Pascasarjana

Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua	: Dr. Diah Karmiyati, M.Si.
Sekretaris	: Dr. Djudiah, M.Si.
Penguji 1	: Dr. Tulus Winarsunu, M.Si
Penguji 2	: Dr. Iswinarti, M.Si

SURAT PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, Saya:

Nama : **FITRI ATIKASARI**

NIM : **201710440211024**

Program Studi : Magister Psikologi

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. TESIS dengan judul : **HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DIMEDIASI OLEH KEBAHAGIAAN SISWA** adalah karya saya dandalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI, saya bersedia Tesis ini DIGUGURKAN dan GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN, serta diproses dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 29 Maret 2019

Yang menyatakan,



FITRI ATIKASARI

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT atas pertolongannya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penulisan tesis dengan judul **“Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Dimediasi Oleh Kebahagiaan Siswa”**, sebagai syarat meraih gelar Magister Psikologi Sains (M.Si) pada program studi Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang meskipun terdapat banyak kekurangan.

Proses penulisan tesis ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. Fauzan, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang
2. Bapak Akhsanul In'am, Ph.D. selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Dr. Iswinarti M.Si. selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus sebagai dosen penguji yang telah banyak memberikan masukan terhadap tesis ini.
4. Ibu Dr. Diah Karmiyati, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing pertama atas segala bimbingan, motivasi dan pencerahan dalam penulisan tesis ini.
5. Ibu Dr. Djudiah, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua atas segala bimbingan, masukan, motivasi dan semangat dalam penulisan tesis ini.
6. Bapak Dr. Tulus Winarsunu, M.Si. selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak masukan terhadap tesis ini.
7. Ibu guru BK dan Partisipan dari MA Muhammadiyah 1, MA Hidayatul Mubtadiin dan MAN 1 Kota Malang atas bantuannya dalam pengambilan data.
8. Bapak Ibu Dosen dan teman-teman Magister Psikologi Sains, khususnya kelas A angkatan 2017.
9. Suami, anak-anak dan keluarga yang telah meridoi dan memberikan dukungan, doa serta semangat bagi penulis.

10. Firda Alfiana Patricia, Rizka Harventy dan Rofiatul Adawiyah yang telah yang menginspirasi dan memotivasi penulis untuk menempuh dan menyelesaikan pendidikan S2 awal waktu.
11. Teruntuk Mbak Nisa, Nani dan Uul yang telah berbagi semangat dan dukungan dalam menempuh dan menyelesaikan studi S2.
12. Teman-teman Magister Psikologi Sains Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2017 yang telah banyak meluangkan waktu, berbagi ilmu, semangat dan doa.
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan kepada penulis dalam penulisan Tesis ini.

Dalam penulisan Tesis ini, penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu untuk memberikan kesempurnaan penulisan Tesis, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Penulis berharap Tesis ini dapat bermanfaat bagi masyarakat pada umumnya dan khususnya pada aktivis akademik.

Malang, Maret 2019
Penulis,

Fitri Atikasari

DAFTAR ISI

Halaman Judul	
Halaman Persetujuan	
Halaman Pengesahan	
Surat Pernyataan	
Kata Pengantar	i
Daftar Isi	ii
Daftar Tabel	iii
Daftar Gambar	iv
Daftar Lampiran.....	v
Abstrak	vi
Abstract	vii
Latar Belakang	1
Tinjauan Teori.....	4
Metode Penelitian.....	11
Hasil Penelitian	13
Pembahasan.....	15
Simpulan dan Implikasi.....	19
Daftar Pustaka	20
Indeks	25
Lampiran	27

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi subjek penelitian	13
Tabel 2. Mean, standart deviasi dan hubungan antar variabel	14
Tabel 3. Hasil Analisis Data	14



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	10
Gambar 2. Koefisien Mediated Multiple Regression Ketiga Variabel ..	15



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penelitian	28
Lampiran 2. Blueprint instrumen penelitian	35
Lampiran 3. Uji Normalitas Data dan Analisis Korelasi	37
Lampiran 4. Uji mediasi menggunakan <i>Macro Process</i> (Hayes)	38
Lampiran 5. Surat ijin penelitian.....	40



HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DIMEDIASI OLEH KEBAHAGIAAN SISWA

Fitri Atikasari

NIM. 201710440211024

atikasarifitri8@gmail.com

Magister Psikologi Sains Universitas Muhammadiyah Malang

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas, kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis, serta peran kebahagiaan dalam memediasi hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis siswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan subjek penelitian sebanyak 235 siswa rentang usia 15-18 tahun dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan tiga instrumen yaitu *Psychological Well Being Scale (PWBS)*, *The Centrality of Religiosity Scale (CRS)* dan *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)*. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Mediated Multiple Regression (MMR)* dengan bantuan aplikasi IBM SPSS versi 20.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara religiusitas, kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis. Selain itu hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kebahagiaan memediasi hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis.

Kata kunci: Religiusitas, kesejahteraan psikologis, kebahagiaan

THE CORRELATION BETWEEN RELIGIOSITY AND PSYCHOLOGICAL WELLBEING MEDIATED BY STUDENT'S HAPPINESS

Fitri Atikasari

NIM. 201710440211024

atikasarifitri8@gmail.com

Postgraduate Program of Science Psychology

University of Muhammadiyah Malang

Abstract

The purpose of this study is to examine the correlation between religiosity and psychological wellbeing mediated by student's happiness. This study, moreover, employs quantitative with the correlational design. This study involves 235 students, aged 15 to 18 years using purposive sampling technique. Primarily, this study applies 3 instruments, which is the Psychological Well Being Scale (PWBS), the Centrality of Religiosity Scale (CRS) and Oxford Happiness Questionnaire (OHQ). Data was analyzed by Mediated Multiple Regression Analysis with IBM SPSS version 20.0. The results of the study revealed that there is a correlation between religiosity, happiness, and psychological wellbeing. Furthermore, this study indicated that happiness mediated the correlation between religiosity and psychological wellbeing.

Keywords: Religiosity, psychological wellbeing, happiness

LATAR BELAKANG

Huppert (2009) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kombinasi antara perasaan senang, mendapat dukungan, puas terhadap hidupnya, optimalnya fungsi berpikir serta kesehatan mental dan fisik yang sehat. Sedangkan menurut Ryff dan Singer (2008) kesejahteraan psikologis kondisi individu yang tidak hanya bebas dari permasalahan mental saja, melainkan adanya kemampuan untuk menerima diri sendiri, menemukan makna dan tujuan hidup, mengembangkan diri, secara mandiri mengatur kehidupan dan lingkungan sekitarnya serta membangun hubungan dengan orang lain. Sehingga kesejahteraan psikologis penting untuk dicapai oleh semua orang termasuk siswa.

Dengan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi, siswa dapat menyelesaikan tugas-tugas akademis, meraih prestasi akademis dan menjalankan aktivitas belajar dengan lebih baik (Navale, 2018; Preoteasa, Axante, Cristea, & Preoteasa, 2016). Kesejahteraan psikologis dapat menurunkan tingkat kecemasan dan gejala depresi (Shoshani & Steinmetz, 2014; Waters, 2011). Kesejahteraan psikologis dilaporkan memiliki hubungan positif dengan resiliensi (Sagone, Elvira, & Caroli, 2014). Hasil penelitian Chen, Hua, Yu, Wang dan Ulrich (2017) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis siswa memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan mental dan fisik siswa tersebut. Kesejahteraan psikologis memiliki hubungan positif dengan harga diri dan optimisme siswa (Malinauskas & Dumciene, 2017; Shoshani & Steinmetz, 2014).

Kesejahteraan psikologis siswa berpengaruh positif terhadap kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada lingkungannya (Wulandari, 2016). Penelitian Runi et al., (2017) menyatakan bahwa kesejahteraan memiliki hubungan positif dengan emosi positif. Harga diri yang tinggi, emosi positif, kesehatan, serta kemampuan menyesuaikan diri dapat memudahkan siswa untuk membangun modal sosial serta melakukan aktivitasnya dengan baik. Kesejahteraan psikologis memiliki hubungan positif dengan kreativitas (Ghorbani & Kazemi-zahrani, 2015). Dilaporkan bahwa orang yang sejahtera secara psikologis akan lebih

kreatif hal ini dapat membantunya dalam menyelesaikan persoalan dan mengerjakan suatu pekerjaan.

Ryff dan Singer (2008) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berorientasi pada tercukupinya kebutuhan pribadi namun juga kebermaknaan diri, pengembangan diri dalam hubungannya dengan orang lain. Bertambahnya usia menjadi faktor berpengaruh secara positif dengan kesejahteraan psikologis (Mcauley & Rudolph, 1995). Bertambahnya usia menjadikan individu menemukan makna dalam hidupnya yakni kesejahteraan dalam hidup merupakan pemberian Tuhan yang harus disyukuri.

Agama memberikan jawaban atas pencarian makna kehidupan tentang alasan dan tujuan hidup manusia (Argyle, 2000). Religiusitas merupakan bentuk keyakinan yang kuat seorang individu terhadap Tuhan yang diwujudkan dengan menganut suatu agama, intensitas beribadah, dan penghayatan serta pengalaman keagamaan (Holdcroft, 2006). Aturan dan tuntunan dalam agama menjadi penuntun dalam berpikir dan bertindak (Svensson, 2015).

Oleh karena itu, religiusitas menjadi prediktor kesejahteraan psikologis Chime (2015). Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis, harga diri dan kepuasan hidup individu tersebut terutama pada subjek perempuan. Penelitian tersebut dilakukan pada warga Irlandia beragama kristen yang terdiri atas laki-laki dan perempuan sebanyak 140 dengan rentang usia 20-70 tahun. Penelitian Hafeez & Rafique (2016) mendapatkan hasil bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis pada 60 subjek lansia beragama muslim. Penelitian ini menyebutkan bahwa perbedaan tidak memiliki pengaruh dalam hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Reed dan Neville (2013) dengan subjek sebanyak 167 orang wanita kulit hitam beragama nasrani, mendapatkan hasil bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian yang dilakukan oleh Ismail (2012) kepada muslim Pakistan dengan

rentang usia 18-60 tahun sebanyak 140 orang mendapatkan hasil serupa bahwa religiusitas berhubungan positif dengan aspek-aspek dari kesejahteraan psikologis.

Selain religiusitas, kebahagiaan berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis (Heizomi, Allahverdipour, & Asghari, 2015). Kebahagiaan diartikan sebagai kualitas hidup yang menyenangkan dari seseorang (Veenhoven, 2009). Semakin tinggi tingkat kebahagiaan individu maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis individu tersebut. Di sisi lain, kebahagiaan juga bersumber dari religiusitas individu. Pontoh dan Farid (2015) dalam penelitiannya pada subjek pelaku konversi agama menyatakan bahwa subjek yang memiliki religiusitas lebih merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Hasil yang sama didapatkan oleh Yorulmaz (2016) dari data survei yang melibatkan 1.605 individu berusia 18 tahun ke atas yang merupakan penduduk rumah tangga pribadi tanpa memandang bahasa, kewarganegaraan, atau status hukum. Dari survei tersebut dinyatakan bahwa orang yang religius memiliki tingkat kebahagiaan lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang tidak religius.

Namun, hasil penelitian dari Sillick, Stevens, dan Cathcart (2016) menunjukkan hasil yang berbeda yaitu tidak ada perbedaan tingkat kebahagiaan antara orang yang memiliki dan tidak memiliki religiusitas. Sedangkan Wade et al. (2018) menemukan hasil yang berbeda, bahwa religiusitas tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kebahagiaan tetapi spiritualitaslah yang berhubungan positif dan signifikan dengan kebahagiaan.

Berdasarkan uraian di dalam latar belakang ini, kebahagiaan turut berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, tetapi belum tampak adanya penelitian yang berusaha mengungkapkan peran kebahagiaan sebagai mediator dalam hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada subjek siswa. Oleh sebab itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan peran kebahagiaan sebagai mediator pada hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis.

TINJAUAN TEORI

Kesejahteraan Psikologis dalam Perspektif Islam

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis ditunjukkan dengan adanya kemampuan menerima diri, memiliki otonomi, memiliki kemampuan menguasai lingkungan, dapat membangun hubungan yang positif dengan orang lain serta memiliki tujuan hidup. Dalam agama Islam telah dijelaskan bahwa sesungguhnya Allah telah membekali manusia dengan kemampuan-kemampuan tersebut sebagaimana yang disebutkan dalam beberapa ayat dalam Al Quran yakni QS. adz-Dariyat: 56 mengenai tujuan hidup manusia yakni untuk beribadah kepada Allah.

Begitu pula pada QS. al-Ahqaf: 3, dimana Allah menyatakan bahwa Allah menciptakan segala sesuatu di langit dan bumi serta apa yang ada diantara keduanya dengan tujuan dan waktu yang benar yang telah ditentukan sehingga manusia dapat menyadari kehidupan sebagai nugerah dan memaknai tujuan kehidupannya. Selain itu Rosululloh Shollallohu 'alaihi wassalam juga bersabda tentang *qona'ah* (menerima apa adanya) sebagai harta yang tidak akan habis.

Kesejahteraan Psikologis, Religiusitas dan Kebahagiaan dalam Perspektif Teori

Penelitian ini menggunakan perspektif teori humanistik oleh Carl Rogers tentang keberfungsian optimal dan Abraham Maslow tentang kebutuhan berprestasi dan aktualisasi diri. Teori ini memandang manusia merupakan makhluk yang unik dan bebas menentukan pilihan-pilihan dalam hidup, tanggungjawab, pemaknaan serta memiliki berbagai harapan. Manusia diyakini dapat melakukan proses berpikirnya sendiri, mempertanyakan dan mengevaluasi pemikirannya. Manusia memiliki cara tersendiri untuk menyesuaikan diri terhadap diri sendiri maupun dalam lingkungannya sehingga dengan kesadaran ini manusia terus berkembang menjadi lebih baik dan mengaktualisasikan dirinya sebagai puncak dari kebutuhan diri manusia (Glassman & Hadad, 2009).

Aktuliasasi diri dapat dipahami sebagai bentuk ekspresi individu dalam proses mencapai kesejahteraan dimana individu tersebut terlibat dalam aktivitas

kehidupan dengan mengandalkan segala potensi yang dimiliki, nilai dan keyakinan. Namun, banyak nilai dan sikap individu yang seringkali bukan hasil dari pengalaman dan evaluasi dari individu, melainkan merupakan pengkondisian dan pengaruh dari lingkungan sekitar. Hal ini yang diduga mengakibatkan ketidakbahagiaan pada diri individu.

Teori humanistik memiliki pandangan bahwa untuk mengembangkan potensinya secara maksimum memerlukan fungsi dari keseluruhan bagian pribadi manusia yang terdiri atas faktor intelektual dan emosional (Glassman & Hadad, 2009). Pada sisi intelektual, teori humanistik memandang bahwa manusia mampu mengelola pemikirannya untuk memaknai peristiwa dan pengalaman hidupnya. Sedangkan dari sisi emosional manusia dipandang memiliki kemampuan untuk memaknai pengalaman-pengalaman baik yang dirasa positif maupun negatif. Individu yang mampu memadukan dan menyeimbangkan sisi intelektual dan emosionalnya dalam mencapai tujuan hidupnya mampu mencapai kesejahteraan secara psikologis.

Teori humanistik menjelaskan bahwa individu memiliki motivasi kuat mencapai tujuan hidupnya akan membantu individu tersebut untuk terus berkembang dan mengaktualisasikan dirinya, sehingga individu dapat mencapai kesejahteraan. Kesejahteraan psikologis yang bersifat *eudemonic* muncul berdasarkan evaluasi dan melengkapi ilmu psikologi terhadap pandangan tentang kesejahteraan yang bersifat *hedonic* (Baumeister, Vohs, Aaker, & Garbinsky, 2013). *Eudemonic* merupakan pandangan hidup yang menyatakan bahwa kebahagiaan dan kesejahteraan manusia dapat dicapai jika terjadi keseimbangan antara aktivitasnya dalam lingkungan dengan nilai dan keyakinan individu tersebut sehingga hidupnya dirasa berarti (*meaningfull life*).

Kesejahteraan psikologis merupakan berfungsinya elemen psikologis individu secara optimal sehingga individu tersebut dapat berkembang dengan mengandalkan kekuatan dan kebajikan sehingga dapat membantu individu meraih tujuan-tujuan dalam hidupnya (Park, Peterson, & Seligman, 2004). Sejahtera secara psikologis ditandai penemuan makna dan tujuan hidup, dapat merealisasikan potensi diri, keterikatan dengan lingkungan untuk meraih tujuan hidup .

Kebermaknaan dalam hidup yang menjadi salah satu aspek penting pada kesejahteraan psikologis individu dimana kebermaknaan hidup tersebut berhubungan dengan transendensi diri (agama) (Peterson & Seligman, 2004). Disinilah agama yang berisi ajaran kebaikan dan tuntunan hidup menjadi pedoman individu dalam mencapai kesejahteraan. Individu yang memiliki religiusitas ditandai dengan keyakinannya terhadap Tuhan dengan memeluk suatu agama dan menjalankan ibadah serta aturan dalam agama tersebut (Holdcroft, 2006). Fungsi dari religiusitas tersebut salah satunya untuk menemukan makna dan tujuan hidup dan meningkatkan level dukungan sosial yang lebih tinggi dan strategi koping yang positif ketika dihadapkan pada permasalahan dalam hidup (Argyle, 2000). Peterson dan Seligman (2004) yang menyatakan bahwa individu yang religius merasa lebih puas dan lebih bahagia dengan kehidupannya dibandingkan dengan individu yang tidak religius. Hal tersebut menunjukkan bahwa religiusitas dapat berkontribusi pada kebahagiaan individu terutama ketika dihadapkan pada situasi yang sulit.

Individu dapat berkembang dan sejahtera jika mengalami kebahagiaan dan kepuasan dalam hidupnya (Peterson, Ruch, Beermann, & Seligman, 2007). Individu yang bahagia ditandai dengan seringnya individu tersebut merasakan afek positif dan minimnya afek negatif. Terdapat lima aspek utama yang dapat menjadi sumber kebahagiaan sejati yaitu: terjalinnya hubungan positif dengan orang lain, keterlibatan penuh dalam segala aktivitas, menemukan makna dalam kehidupan yang dijalani, optimisme dan harapan dalam hidup dan resiliensi (Peterson & Seligman, 2004).

Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis

Ryff & Singer (2008) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berorientasi pada tercukupinya kebutuhan pribadi namun juga kebermaknaan diri, pengembangan diri dalam hubungannya dengan orang lain. Dari konsep tersebut Ryff dan Singer (2008) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis individu. Kesejahteraan psikologis terdiri atas 6 indikator yakni kemampuan menerima kelemahan dan kelebihan diri, kemampuan menjalin hubungan positif dengan

orang lain, kemampuan mengambil keputusan secara mandiri, kemampuan mengontrol lingkungan eksternalnya, memiliki tujuan hidup dan berusaha untuk terus mengembangkan diri (Salary & Shaieri, 2013).

Salah satu keyakinan dari individu yang memiliki religiusitas adalah yakin bahwa tujuan akhir dari kehidupan adalah kehidupan setelah mati (El-Menouar, 2014). Berdasarkan hal tersebut, kesejahteraan memiliki pengertian tidak hanya tercukupinya segala kebutuhan dan rasa aman di dunia, namun juga di akhirat. Aturan-aturan dalam agama yang diyakini menjadi penuntun dalam kehidupan individu sehari-hari dalam hubungannya terhadap Tuhan yang diyakininya serta hubungan terhadap sesama (Martos, Konkoly, & Steger, 2010). Individu yang sejahtera secara psikologis memiliki penerimaan diri yang baik, berkaitan dengan segala yang diterjadi di masa lalunya serta kekurangan dan kelebihanannya. Hal ini akan didukung oleh keyakinan dari diri individu bahwa semua kejadian dalam kehidupan merupakan ketentuan dari Tuhan yang sudah digariskan bagi masing-masing individu dan memiliki makna kebaikan untuk kehidupan individu tersebut.

Agama yang diyakini memberi tuntunan kepada individu untuk terus berusaha dalam hidup, mengandalkan kemampuan dirinya dengan segala kelemahan dan kemampuan yang telah diberikan oleh Tuhan (Sawai, 2018). Dengan kesadaran tersebut, individu dengan religiusitas tinggi akan berusaha belajar dan mengembangkan kemampuannya untuk dapat menjalani kehidupan dan memberi manfaat tidak hanya kepada dirinya namun juga kepada orang banyak. Usaha yang dilakukan tidak dapat hanya dari mengandalkan diri sendiri tetapi juga memerlukan bantuan timbal balik dari orang lain. Hal ini didasarkan oleh pemikiran bahwa manusia merupakan makhluk sosial.

Agama memberi tuntunan kepada individu yang memiliki religiusitas untuk memiliki kemampuan mengambil keputusan dan berbagai perilaku sesuai dengan mengontrol lingkungan eksternalnya sesuai dengan tuntunan agama yang diyakini sehingga terhindar dari perilaku buruk dan melakukan kebaikan untuk diri sendiri maupun orang lain untuk mewujudkan kesejahteraan di dunia dan akhirat (El-menouar, 2014). Individu yang memiliki religiusitas tinggi menyadari pentingnya hidup bersama dengan orang lain. Oleh karena itu individu akan berusaha

menjalin hubungan yang positif dengan orang lain sebagai salah satu wujud menjalankan tuntunan dalam agama.

Religiusitas dengan Kebahagiaan

Kebahagiaan adalah aspek psikologis seseorang yang terdiri atas emosi positif serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut (Park, et al., 2004). Kebahagiaan didefinisikan sebagai keadaan psikologis positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya derajat afek negatif (Carr, 2004). Kebahagiaan terdiri atas 6 indikator yaitu kepuasan hidup (*life satisfaction*), ungkapan ekspresi kegembiraan (*joy*), harga diri (*self esteem*), ketenangan (*calm*), kontrol (*control*), keyakinan atas kekuatan dan kemampuan diri (*efficacy*) (Hills & Argyle, 2002).

Lama dan Cutler (2009) menyatakan bahwa pada dasarnya setiap manusia menginginkan kebahagiaan. Individu dengan religiusitas tinggi, melakukan kebaikan-kebaikan dan memiliki keimanan serta ketakwaan kepada Tuhan dengan harapan akan termasuk golongan orang-orang yang nantinya diberi kebahagiaan dan kenikmatan di akhirat atau di surga. Sedangkan sebaliknya, individu yang cenderung melakukan keburukan serta tidak beriman kepada Tuhan akan ditempatkan di neraka (El-menouar, 2014).

Religiusitas terdiri atas 5 indikator yakni keyakinan, praktik agama, pengalaman, pengetahuan, konsekuensi (El-menouar, 2014). Menurut Démuthová (2013), religiusitas dapat timbul dari ketakutan akan kematian (*fear of death*). Ketakutan akan kematian terjadi karena individu menyadari tidak akan terlepas dari kesalahan dalam hidupnya. Disamping itu, individu memiliki kekhawatiran terutama kebahagiaannya setelah kematian. Untuk itu agama yang dianut dipercaya menjadi tameng dari perbuatan buruk sehingga individu dapat melakukan hal-hal yang mendukung untuk kebahagiaan di dunia maupun di akhirat.

Kebahagiaan dan Kesejahteraan Psikologis

Individu yang bahagia salah satunya ditandai dengan berperilaku atraktif dan menyenangkan terhadap lingkungan sekitar (Hills & Argyle, 2002). Hal inilah yang menyebabkan individu dengan kebahagiaan tinggi mudah untuk membangun hubungan positif dengan orang lain. Di sisi lain salah satu aspek yang membentuk kebahagiaan adalah nyaman terhadap diri sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang bahagia telah mampu menerima dirinya atas segala kekurangan dan kelebihan. Oswald, Proto, & Sgroi (2014) menyatakan bahwa kebahagiaan berpengaruh pada produktivitas seseorang. Hills dan Argyle (2002) menyebutkan salah satu aspek kebahagiaan adalah mampu mengelola waktu dengan baik. Produktivitas dan pengelolaan waktu yang dimiliki oleh individu yang bahagia menunjukkan bahwa individu tersebut dapat mengelola dirinya secara mandiri. Hubungan positif dengan orang lain, kemampuan menerima diri sendiri serta berperilaku mandiri yang dihasilkan dari kebahagiaan menjadi aspek dari individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (Poormahmood, Moayed, & Alizadeh, 2017).

Individu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi memiliki tujuan hidup yang ingin dicapai dalam hidupnya (Ryff & Singer, 2008). Tujuan ini hanya dapat dicapai dengan motivasi yang tinggi pula. (Lama & Cutler, 2009) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan segala sumber dari motivasi dalam hidup. *Spiral of Wellbeing* merupakan istilah yang digunakan oleh Baumgardner dan Crothers (2010) untuk menyebut alur dari kesejahteraan dimulai dari perpaduan emosi positif dari kebahagiaan, intelektual, psikologis dan sumber daya sosial yang diwujudkan dalam bentuk produktivitas dan perilaku positif menyebabkan seseorang sukses dan kesejahteraan subjektif maupun psikologis sehingga kebahagiaan akan kembali meningkat dan seterusnya menjadi sebuah siklus yang berulang.

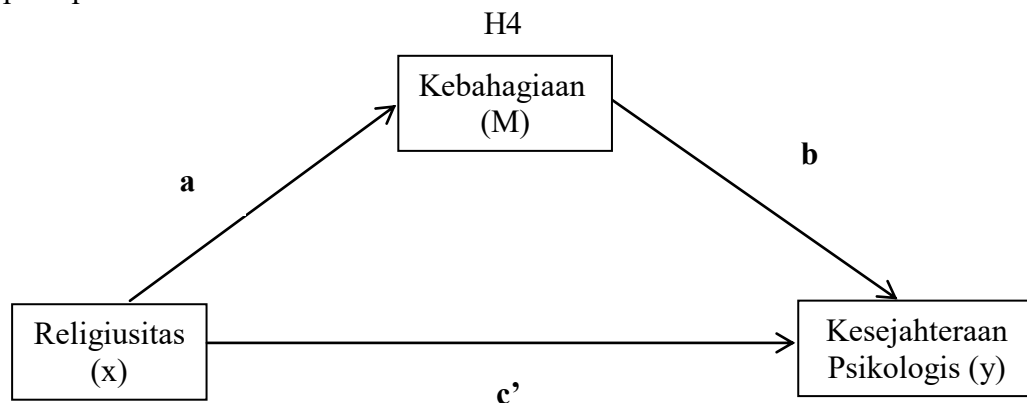
Kebahagiaan sebagai Variabel Mediasi Hubungan antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis.

Religiusitas memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis (Hafeez & Rafique, 2016). Individu dengan religiusitas tinggi memiliki keyakinan terhadap Tuhan salah satunya ditunjukkan dengan meyakini adanya hari akhir dan kehidupan setelah kematian. Hal ini memotivasi individu tersebut untuk melakukan kebaikan terhadap diri sendiri maupun orang lain sebagai bentuk perwujudan keyakinan tersebut. Dengan melakukan hal tersebut, tujuan akhir berupa kesejahteraan baik didunia maupun di akhirat dapat dicapai.

Religiusitas berhubungan positif dengan kebahagiaan (Mayasari, 2014). Individu dengan religiusitas tinggi menyadari bahwa kehidupan merupakan anugerah dari Tuhan. Kesadaran ini merupakan salah satu aspek dari kebahagiaan. Di sisi lain aspek dari kebahagiaan adalah menemukan makna dalam hidup. Makna hidup menuntun individu untuk menentukan tujuan hidupnya. Individu dengan religiusitas tinggi tidak hanya bertujuan untuk mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan di dunia saja melainkan kehidupan setelahnya (Sodiq, 2015). Kebahagiaan memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis (Demirbatir, 2015). Semakin tinggi kebahagiaan seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya begitu pula sebaliknya. Kebahagiaan yang dipengaruhi oleh religiusitas akan berdampak pada produktivitas, emosi dan perilaku positif individu. Dari penjelasan di atas diduga kebahagiaan menjadi mediator dari hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis.

Kerangka Berpikir Penelitian

Gambar 1 berikut menyajikan kerangka berpikir hubungan antar variabel pada penelitian ini:



Gambar 1. Kerangka berpikir

Hipotesis

- H1: Terdapat pengaruh religiusitas terhadap kebahagiaan (jalur a).
H2: Terdapat pengaruh kebahagiaan terhadap kesejahteraan psikologis dengan kehadiran religiusitas (jalur b).
H3: Terhadap pengaruh religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis dengan kehadiran kebahagiaan (jalur c').
H4: Terdapat peran kebahagiaan sebagai mediator hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional (Sugiyono, 2011). Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian survei *expostfacto* yang digunakan untuk mengetahui bagaimana hubungan langsung variabel religiusitas dan kesejahteraan psikologis serta hubungan tidak langsung antara variabel religiusitas dan kesejahteraan psikologis dimediasi oleh kebahagiaan.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 235 siswa yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Subjek merupakan siswa MA (Madrasah Aliyah) di kota Malang, berjenis kelamin laki-laki (36,60%) dan perempuan (63,40%), berusia antara 15 sampai 18 tahun. Karakteristik subjek dalam penelitian ini secara rinci dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi subjek penelitian (N=235)

Karakteristik	F	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	86	36,60
Perempuan	149	63,40
Usia		
15	34	14,46
16	81	34,47
17	79	33,62
18	41	17,45

Instrumen Penelitian

Kesejahteraan psikologis siswa diukur dengan menggunakan *Psychological Well-Being Scale (PWBS)* yang terdiri atas 33 item pernyataan meliputi dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan pribadi (Ryff, 1989). Pernyataan dalam skala ini menggunakan format skala Likert dengan rentang jawaban dari 1 (sangat tidak setuju) sampai 5 (sangat setuju). Skala ini memiliki nilai α sebesar 0,86. Contoh pernyataan pada skala yaitu, "Saya menyusun berbagai rencana masa depan dan saya akan berusaha untuk mewujudkannya".

Religiusitas diukur dengan menggunakan *The Centrality of Religiosity Scale (CRS)* yang disusun berdasarkan skala Likert yang berjumlah 14 item, (Huber & Huber, 2015). Skala ini terdiri dari lima dimensi yaitu dimensi intelektual, ideologi, ibadah publik, ibadah pribadi dan pengalaman serta memiliki nilai α sebesar 0,74. Pertanyaan dalam skala ini menggunakan format skala Likert dengan rentang jawaban dari 1 (tidak pernah) sampai 5 (sangat sering). Contoh pertanyaan pada skala ini adalah "Seberapa besar keyakinan Anda mengenai adanya kehidupan setelah kematian?".

Kebahagiaan diukur dengan menggunakan *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)* yang memiliki 27 item pernyataan (Hills & Argyle, 2002). Nilai koefisien reliabilitas atau α skala ini sebesar 0,84. Skala ini memiliki 6 pilihan jawaban terdiri dari sangat tidak setuju, tidak setuju, agak tidak setuju, agak setuju dan sangat setuju. Contoh pernyataan dari skala ini adalah "Saya selalu bersemangat".

Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Peneliti meminta izin penelitian kepada sekolah masing-masing. Selanjutnya peneliti menyebarkan skala *tryout* kepada 100 siswa terlebih dahulu untuk menguji validitas dan realibilitas skala yang digunakan. Setelah mendapatkan hasil bahwa skala valid dan reliabel untuk digunakan maka peneliti kembali menyebarkan skala tersebut pada subjek penelitian pada 3 sekolah. Pada subjek siswa MAN 1 dan MA Muhammadiyah 1 kota Malang, angket skala disebarkan pada subjek siswa melalui guru BK masing-masing sekolah. Sedangkan, pada subjek siswa MA Muftadiin peneliti menyebarkan skala

penelitian langsung pada siswa masing-masing kelas secara bergantian selama 2 minggu, sesuai dengan jadwal mata pelajaran bimbingan konseling tiap kelas. Dari 250 skala yang disebarkan, peneliti mendapatkan 235 skala yang layak diinput dan dianalisis

Analisis Data

Data yang terkumpul dalam penelitian ini dianalisis menggunakan bantuan Statistic Packages for Social Science (SPSS v.20). Analisis data ini dilakukan untuk menguji peran variabel kebahagiaan dalam memediasi hubungan antara variabel religiusitas dan kesejahteraan psikologis dengan menggunakan teknik *Mediated Multiple Regression (MMR)* (Jose, 2013).

HASIL PENELITIAN

Deskripsi dan Hubungan Antar Variabel

Hasil rata-rata, standart deviasi dan hubungan antar variabel kesejahteraan psikologis (KP), religiusitas (R) dan kebahagiaan (K) disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2. Mean, standart deviasi dan hubungan antar variabel (N=235)

Karakteristik	Mean	SD	KP	R	K
KP	3,57	0,41	1	0,34**	0,74**
R	3,34	0,31	0,34**	1	0,37**
K	3,68	0,45	0,74**	0,37**	1

Correlation is significant at the 0.00 level (1-tailed)

Tabel 2 menunjukkan rata-rata skor yang diperoleh masing-masing variabel yaitu variabel KP = 3,57 (SD=0,41), R = 3,34 (SD 0,31) dan K= 3,68 (SD= 0,45) dan K = 3, 68 (SD= 0,45). Korelasi antar variabel R dan KP 0,34 ($p=0,00$), korelasi K dan KP 0,74 ($p=0,00$), dan korelasi R dan K 0,37 ($p=0,00$).

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan sebagai dasar pengambilan keputusan dalam penelitian, yaitu apakah menolak atau menerima pernyataan yang dibuat sebelum dilakukan penelitian. Hasil analisis dengan teknik *Mediated Multiple Regression* dengan *Macro Process* (Hayes) disajikan dalam Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Hasil Analisis Data

Hubungan antar variabel	β	p
Religiusitas dengan kebahagiaan	0,55	0,00
Kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis dengan kehadiran religiusitas	0,65	0,00
Religiusitas dengan kesejahteraan psikologis dengan kehadiran kebahagiaan	0,09	0,12
Koefisien mediasi kebahagiaan pada hubungan religiusitas dengan kebahagiaan	0,35	0,00

Uji hipotesis satu (H1)

Hipotesis 1 menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara religiusitas dengan kebahagiaan. Hasil pengolahan data menunjukkan terdapat pengaruh religiusitas dengan kebahagiaan ($\beta = 0,55$, $p=0,000$), dengan demikian maka hipotesis satu diterima.

Uji hipotesis dua (H2)

Hipotesis 2 menyatakan bahwa terdapat pengaruh kebahagiaan terhadap kesejahteraan psikologis dengan kehadiran religiusitas. Hasil pengolahan data menunjukkan terdapat pengaruh kebahagiaan terhadap kesejahteraan psikologis dengan kehadiran religiusitas ($\beta = 0,65$, $p=0,000$), dengan demikian maka hipotesis dua diterima.

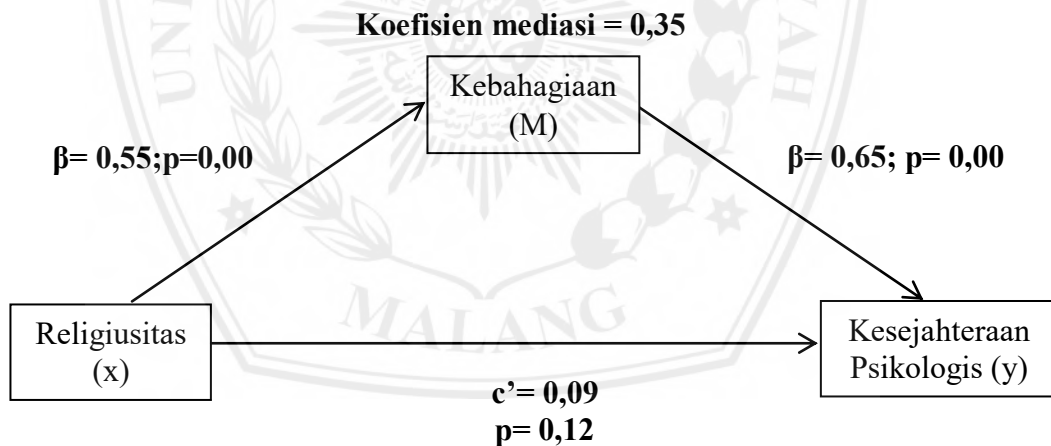
Uji hipotesis tiga (H3)

Hipotesis 3 menyatakan bahwa terdapat pengaruh religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis dengan kehadiran kebahagiaan. Hasil pengolahan data menunjukkan terdapat pengaruh religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis dengan kehadiran kebahagiaan ($\beta = 0,09$, $p= 0,012$), dengan demikian maka hipotesis tiga diterima.

Uji hipotesis empat (H4)

Hipotesis 4 menyatakan bahwa kebahagiaan berperan sebagai mediator dalam hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh nilai koefisien mediasi dalam penelitian ini sebesar 0,35 dengan tingkat kepercayaan sebesar 95%. Dari hasil uji hayes yang sudah dilakukan, nilai *indirect effect* tidak terstandart bootstrap adalah 0,35 dengan taraf kepercayaan 95% dan berada diantara 0,25 sampai 0,46. Karena nol tidak termasuk dalam rentangan tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan kecerdasan emosional dan kepuasan hidup siswa dimediasi oleh keterlibatan siswa di sekolah. Mediasi yang terjadi adalah mediasi sempurna dikarenakan kebahagiaan berperan penuh sebagai variabel mediasi. Dengan hadirnya kebahagiaan sebagai variabel mediator, hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis menjadi tidak signifikan.

Hasil analisis *Mediated Multiple Regression* dari ketiga variabel tersebut diatas, berdasarkan Macro Process (Hayes) ditampilkan pada gambar 2.



Gambar 2. Koefisien Mediated Multiple Regression ketiga variabel

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dan sangat signifikan dengan kesejahteraan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis individu. Hasil penelitian ini diperkuat oleh penelitian Tehrani, Habibian, &

Ahmadi (2015), bahwa individu dengan religiusitas yang tinggi memiliki korelasi terhadap empat dimensi kesejahteraan psikologis yakni penerimaan diri, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi, namun tidak berkorelasi positif dengan aspek hubungan positif dengan orang lain dan otonomi.

Penelitian lain yang didukung hasil penelitian ini menemukan bahwa religiusitas yang diwujudkan dengan intensitas beribadah, datang ke tempat ibadah dan frekuensi berdoa berhubungan secara signifikan dengan kesejahteraan psikologis, harga diri serta kepuasan hidup terutama pada perempuan (Chime, 2015). Penelitian Adi, Amawidyati, dan Utami (2015) menemukan bahwa religiusitas memiliki relasi positif dengan kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental.

Aturan-aturan dalam agama yang diyakini menjadi penuntun dalam kehidupan individu sehari-hari dalam hubungannya terhadap Tuhan yang diyakininya serta hubungan terhadap sesama (Martos et al., 2010). Individu yang sejahtera secara psikologis memiliki penerimaan diri yang baik, berkaitan dengan segala yang diterjadi di masa lalunya serta kekurangan dan kelebihanannya. Hal ini akan didukung oleh keyakinan dari diri individu bahwa semua kejadian dalam kehidupan merupakan ketentuan dari Tuhan yang sudah digariskan bagi masing-masing individu dan memiliki makna kebaikan untuk kehidupan individu tersebut.

Keyakinan, pengetahuan dan penghayatan agama memberi tuntunan kepada individu untuk terus berusaha dalam hidup, mengandalkan kemampuan dirinya dengan segala kelemahan dan kemampuan yang telah diberikan oleh Tuhan (Sawai, 2018). Dengan kesadaran tersebut, individu dengan religiusitas tinggi akan berusaha belajar dan mengembangkan kemampuannya untuk dapat menjalani kehidupan dan memberi manfaat tidak hanya kepada dirinya namun kepada orang banyak. Usaha yang dilakukan tidak dapat hanya dari mengandalkan diri sendiri tetapi memerlukan bantuan timbal balik dari orang lain.

Hasil penelitian menunjukkan pula bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dan sangat signifikan dengan kebahagiaan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas, maka semakin tinggi pula kebahagiaan individu. Penelitian Pontoh & Farid (2015) dan Yorulmaz (2016) memperkuat hasil

penelitian ini, bahwa individu dengan religiusitas tinggi lebih bahagia daripada individu dengan religiusitas yang rendah.

Religiusitas membantu individu menemukan makna dan tujuan kehidupan (Holdcroft, 2006). Tujuan hidup tersebut membantu individu untuk lebih terarah mencapai tujuannya yakni kebahagiaan, dimana keyakinan dalam agama bahwa kebahagiaan di dunia tetapi juga kebahagiaan di akhirat (Mayasari, 2014). Keyakinan dan penghayatan yang dimiliki individu dengan religiusitas tinggi membantu individu bertahan pada masa-masa sulit dan menghadapi permasalahan. Sehingga religiusitas berpotensi menghadirkan afek positif lebih dominan daripada afek negatif pada individu tersebut sebagai aspek dari kebahagiaan. Religiusitas dapat menjadi faktor yang mendorong kehadiran afek dan emosi positif pada individu seperti pemaafan, kebersyukuran, ketenangan dalam menghadapi permasalahan.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kebahagiaan memiliki hubungan positif dan sangat signifikan dengan kesejahteraan psikologis. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi kebahagiaan individu maka individu tersebut lebih dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Heizomi et al. (2015) dapat mendukung penelitian ini, bahwa individu yang bahagia berpotensi lebih memiliki kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Hasil penelitian tersebut menggambarkan bahwa siswa yang bahagia mampu mengembangkan dirinya dan mudah untuk menjalin hubungan dengan orang lain serta memiliki tujuan hidup yang terencana.

Dari hasil penelitian tersebut diperoleh bahwa domain emosi dan afeksi yang positif yang membuat individu menjadi bahagia sehingga berdampak pada kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologisnya khususnya pada aspek penerimaan diri atas pemaknaan peristiwa masa lalu. Baumgardner & Crothers (2010) menjelaskan bahwa individu yang bahagia diidentifikasi sebagai individu yang mudah diterima dan disukai, toleran, lebih peduli terhadap sesama serta memiliki jaringan pertemanan yang luas, memiliki pendapatan dan pekerjaan yang memuaskan, menyukai tantangan dan pengalaman baru sehingga individu yang bahagia berpotensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada dirinya

khususnya dari aspek menjalin hubungan positif dengan orang lain, otonomi dan penguasaan lingkungan dan pengembangan diri.

Kebahagiaan individu juga memprediksi bagaimana tingkat kesejahteraan individu tersebut (Abdel-khalek, 2015). Dengan mencapai kesejahteraan tersebut individu dapat melakukan segala fungsi sosialnya dengan baik. Kebahagiaan menjadi hal penting yang semestinya diperhatikan dalam pendidikan khususnya pada siswa (Gibbs, 2015; O'Brien, 2010). Hal ini disebabkan oleh output dari kebahagiaan tersebut yang sangat penting untuk dimiliki oleh individu termasuk pada siswa dalam membangun hubungan pertemanan di sekolah, menikmati proses belajar, mencapai tujuan belajar dan mencapai prestasi akademis (O'Rourke & Cooper, 2010).

Penelitian ini juga menemukan bahwa kebahagiaan secara signifikan memediasi hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis. Temuan ini menemukan hubungan positif antara religiusitas dengan kebahagiaan dapat menjelaskan kesejahteraan psikologis. Sehingga dapat diartikan bahwa religiusitas tidak begitu saja berdampak pada kesejahteraan psikologis individu bila religiusitas tersebut tidak menimbulkan kebahagiaan pada individu tersebut. Dalam penelitian ini, kebahagiaan menjadi mediator diantaranya dikarenakan hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas dengan kebahagiaan.

Karena, tidak semua penelitian mengungkapkan hasil serupa sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Wade et al. (2018) yang menyatakan bahwa religiusitas tidak berhubungan secara signifikan dengan kebahagiaan. Individu yang memiliki religiusitas tinggi menjadi lebih mudah sejahtera secara psikologis apabila individu tersebut merasakan kebahagiaan khususnya kebahagiaan yang bersifat *eudemonic* yang menjadi pangkal dari kesejahteraan psikologis.

Kebahagiaan identik dengan kepemilikan materi dan pencapaian kepuasan hidup yang bersifat subjektif (Frank, 2004). Kebahagiaan yang dilandasi religiusitas lebih mengarah kepada munculnya aspek kontrol diri, kepuasan terhadap kehidupan, afek dan emosi positif dan ketenangan sehingga menjadi kebahagiaan yang bermakna (*eudemonic*). Individu lebih dapat merealisasikan dirinya, menggunakan potensinya, memaknai kehidupan dan hidup dengan baik

sesuai dengan dirinya yang asli. Dan religiusitas membantu individu menemukan makna dari kebahagiaan tersebut.

Dapat disimpulkan bahwa faktor kebahagiaan merupakan faktor internal yang dapat menjadikan individu yang memiliki religiusitas tinggi mencapai kesejahteraan psikologisnya. Berdasarkan kajian dari hasil penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara kebahagiaan dengan religiusitas dan kesejahteraan psikologis, menggambarkan bahwa individu yang memiliki religiusitas tinggi merupakan individu yang memiliki karakteristik yang dimiliki oleh individu yang bahagia. Sehingga dengan merasakan kebahagiaan menjadi lebih mudah mencapai kesejahteraan psikologis.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Simpulan

Simpulan dari penelitian ini adalah, kebahagiaan memediasi secara sempurna hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi kebahagiaan, sehingga semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis siswa. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah religiusitas maka semakin rendah kebahagiaan, sehingga semakin rendah pula kesejahteraan psikologis siswa. Melalui kebahagiaan, siswa yang religius dapat mencapai kesejahteraan psikologis.

Implikasi

Bagi guru dan orangtua, penelitian ini diharapkan menjadi gambaran dan pertimbangan untuk lebih memperhatikan kesejahteraan psikologis siswa dan faktor-faktor yang mempengaruhinya diantaranya yakni religiusitas. Guru dan orangtua diharapkan dapat memahami bahwa religiusitas yang diwujudkan dalam bentuk pengetahuan, penghayatan, keyakinan dan kegiatan ritual ibadah keagamaan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa ketika religiusitas tersebut menimbulkan kebahagiaan pada siswa.

Kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis siswa dapat ditingkatkan dengan beberapa cara yakni pertama pengetahuan, penghayatan dan ibadah keagamaan siswa tidak cukup dengan materi, hafalan dan pembiasaan ibadah saja, melainkan siswa dapat diajak untuk melakukan menambah pengetahuan,

penghayatan dan ibadah tetapi juga dalam bentuk aktivitas yang menyenangkan namun dapat memberikan pengalaman bermakna pada siswa sehingga memunculkan emosi dan afek yang positif.

Kedua, orangtua dan guru dapat membantu siswa bagaimana siswa tersebut dapat menentukan tujuan hidup dan tujuan belajar siswa tersebut. Sehingga, tujuan hidup tersebut dapat menjadi arahan target serta motivasi siswa bagaimana dirinya harus bertindak secara mandiri, mengatur lingkungannya dan mengembangkan diri untuk mencapai tujuan tersebut. Ketiga, orang tua dan guru dapat melakukan komunikasi, memfasilitasi dan memotivasi siswa untuk berprestasi yang lebih berfokus pada potensi serta tujuan hidup siswa.

Untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian serupa diharapkan untuk melakukan penyebaran data kepada responden dengan jumlah yang lebih besar dan pada subjek yang lebih heterogen dan dapat mengkaji faktor-faktor lain yang mungkin menjadi variabel mediator selain kebahagiaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdel-khalek, A. M. (2015). Happiness , health , and religiosity among Lebanese young adults. *Cogent Psychology*, 17(1), 1–11. <https://doi.org/10.1080/23311908.2015.1035927>
- Adi, S., Amawidyati, G., & Utami, M. S. (2015). Religiusitas dan psychological well-being pada korban gempa. *Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*, 34(2), 164–176.
- Argyle, M. (2000). *Psychology and religion*. New York: Routledge.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Aaker, J. L., & Garbinsky, E. N. (2013). Some key differences between a happy life and a meaningful life. *Journal of Positive Psychology*, 8(6), 505–516. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.830764>
- Baumgardner, S. R., & Crothers, M. K. (2010). *Positive psychology*. Pearson Education International.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology The science of happiness and human strength*. New York: Brunner-Routledge.
- Chen, W., Hua, M., Yu, S., Wang, X., & Ulrich, D. (2017). Association of positive psychological wellbeing and BMI with physical and mental health among college students. *Journal of Scientific and Technical Research*, 1(4), 1–9. <https://doi.org/10.26717/BJSTR.2017.01.000370>

- Chime, E. (2015). *A study of religiosity and psychological well-being*. National College of Ireland.
- Demirbatir, R. E. (2015). Relationships between psychological well-being, happiness, and educational satisfaction in a group of university music students. *Academic Journals*, 10(15), 2198–2206. <https://doi.org/10.5897/ERR2015.2375>
- Démuthová, S. (2013). Fear of death in relation to religiosity in adults. *GRANT Journal*, 638, 11–15.
- El-menouar, Y. (2014). The Five Dimensions of Muslim Religiosity . Results of an Empirical Study. *Methods, Data, Analyses*, 8(1), 53–78. <https://doi.org/10.12758/mda.2014.003>
- Frank, R. H. (2004). How not to Buy Happiness. *American Academy of Arts & Sciences*, 27(1995), 69–79.
- Ghorbani, M., & Kazemi-zahrani, H. (2015). Psychological well-being and creativity. *International Journal of Advances in Science Engineering and Technology*, (3), 20–23.
- Gibbs, P. (2015). Happiness and education: Troubling students for their own contentment. *Time & Society*, 24(1), 54–70. <https://doi.org/10.1177/0961463X14561780>
- Glassman, W. E., & Hadad, M. (2009). *Approaches to Psychology*. London: McGraw-Hill Education.
- Hafeez, A., & Rafique, R. (2016). Spirituality and religiosity as predictors of psychological well-being in residents of old homes. *The Dialogue*, VIII(3).
- Heizomi, H., Allahverdipour, H., & Asghari, M. (2015). Happiness and its relation to psychological well-being of adolescents. *Asian Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2015.05.037>
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A Compact Scale for the Measurement of Psychological Well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073–1082.
- Holdcroft, B. (2006). What is religiosity. *Catholic Education: A Journal of Inquiry and Practice*, 10(1), 89–103.
- Huber, S., & Huber, O. W. (2015). The Centrality of Religiosity Scale (CRS). *Research Gate*, (May). <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Ismail, Z. (2012). Religiosity and psychological well-being. *International Journal of Business and Social Science*, 3(11), 20–28.

- Jose, P. E. (2013). *Doing statistical mediation & moderation*. (D. A.Kenny & T. D. Little, Eds.). The Gilford Press.
- Lama, H. D., & Cutler, H. C. (2009). *The Art of Happiness* (10th Anniv). New York: The Penguin Group.
- Malinauskas, R., & Dumciene, A. (2017). Psychological wellbeing and self-esteem in students across the transition between secondary school and. *Psichologija*, 50(1), 21–36. <https://doi.org/10.2298/PSI160506003M>
- Martos, T., Konkolő, B., & Steger, M. F. (2010). It ' s not only what you hold , it ' s how you hold it : Dimensions of religiosity and meaning in life, 49, 863–868. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.07.017>
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas Islam dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi). *Al-Munzir*, 7(2).
- Mcauley, E., & Rudolph, D. (1995). Physical activity, aging , and psychological wellbeing. *Journal of Aging and Physical Activity*, 3, 67–96.
- Navale, D. K. S. (2018). Psychological well-being and academic performance of students. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*, 3(1), 949–951.
- O'Brien, C. (2010). Sustainability, Happiness and Education. *Journal of Sustainability Education*, 1(May).
- O'Rourke, J., & Cooper, M. (2010). Lucky to be happy: A study of happiness in Australian primary students. *Australian Journal of Educational and Developmental Psychology*, 10, 94–107.
- Oswald, A. J., Proto, E., & Sgroi, D. (2014). Happiness and Productivity. *University of Warwick, UK*, 3(February).
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004a). Strengths of character and well – Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 603–619. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.5.603.50748>
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004b). Strengths of character and well – Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 603–619. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.5.603.50748>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues a handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Peterson, Ruch, Beermann, & Seligman. (2007). Strengths of character, orientation to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 149–156. Retrieved from <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17439760701228938>
- Pontoh, Z., & Farid, M. (2015). Hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pelaku konversi agama. *Persona, Jurnal Psikologi*

Indonesia, 4(1), 100–110.

- Poormahmood, A., Moayedi, F., & Alizadeh, K. H. (2017). Relationships between psychological well-being, happiness and perceived occupational stress among primary school teachers. *Archives of Hellenic Medicine*, 34(4), 504–510. Retrieved from <https://ezproxy.southern.edu/login?qurl=http%3A%2F%2Fsearch.ebscohost.com%2Flogin.aspx%3Fdirect%3Dtrue%26db%3Da9h%26AN%3D124762960%26site%3Ddehost-live%26scope%3Dsite>
- Preoteasa, C. T., Axante, A., Cristea, A., & Preoteasa, E. (2016). The relationship between positive well-being and academic assessment: Results from a prospective study on dental students. *Education Research International*, 1–9.
- Reed, T., & Neville, H. (2013). The influence of religiosity and spirituality on psychological well-being among black women. *Journal of Black Psychology*, 7. <https://doi.org/10.1177/0095798413490956>
- Runi, C., Vescovelli, F., Carpi, V., & Masoni, L. (2017). Exploring psychological well-being and positive emotions in school children using a narrative approach. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology*, 7222(June). <https://doi.org/10.1080/20797222.2017.1299287>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything , or Is It? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Sagone, E., Elvira, M., & Caroli, D. (2014). Relationships between psychological well-being and resilience in middle and late adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 881–887. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.154>
- Salary, S., & Shaieri, M. R. (2013). Study of the Relationship between Happiness and Dimensions of Psychosis, Neurosis and Personality Extraversion. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 1143–1148. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.716>
- Sawai, R. P. (2018). Relationship between religiosity, locus of control and academic achievement among IIUM students. *Research Gate*, (June), 1–61.
- Shoshani, A., & Steinmetz, S. (2014). Positive psychology at school: A school-based intervention to promote adolescents' mental health and well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 15(6), 1289–1311. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9476-1>
- Sillick, W. J., Stevens, B. A., & Cathcart, S. (2016). Religiosity and happiness : A comparison of the happiness levels between the religious and the

- nonreligious. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4(1), 115–127.
- Sodiq, A. (2015). Konsep kesejahteraan dalam islam. *Equilibrium*, 3(2), 1–14.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Svensson, J. (2015). Religious education and teaching young people about humanity: Suggesting a new role for RE and for the academic study of religions in Sweden, 51(2), 177–200.
- Tehrani, T. D., Habibian, N., & Ahmadi, R. (2015). The Relationship between religious attitudes and psychological well-being of nurses orking in Health Centers in Qom University of Medical Sciences in 2014. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 2(4), 15–21.
- Veenhoven, R. (2009). *How do we assess how happy we are? Tenets, implications and tenability of three theories*.
<https://doi.org/http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/Pub2000s/2009a-full.pdf>
- Wade, J. B., Hayes, R. B., Wade, J. H., Bekenstein, J. W., Williams, K. D., & Bajaj, J. S. (2018). Associations between Religiosity, Spirituality, and Happiness among Adults Living with Neurological Illness. *Geriatrics*, 3(35).
<https://doi.org/10.3390/geriatrics3030035>
- Waters, L. (2011). A review of school-based positive psychology interventions. *Australian Educational and Developmental Psychologist*, 28(2), 75–90.
<https://doi.org/10.1375/aedp.28.2.75>
- Wulandari, S. (2016). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri siswa kelas X SMK Santa Maria Jakarta. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 14(2), 94–100.
- Yorulmaz, Ö. (2016). Relationship between religiosity and happiness in Turkey : Are religious people happier ? *Journal of The Faculty of Economics and Administrative Sciences*, 6(1), 801–818. <https://doi.org/10.18074/cnuiibf.430>

INDEKS

Afek positif	6, 8, 17
Aktualisasi diri	4, 5
Atraktif	9
<i>Calm</i>	8
<i>Control</i>	8
Dukungan sosial	6
<i>Efficacy</i>	8
Emosi positif	8, 18, 19,9
<i>Eudomonic</i>	19
<i>Happiness</i>	13
harga diri	8, 16
<i>hedonic</i>	19
<i>joy</i>	8
kebahagiaan	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 22
kepuasan hidup	2, 8, 15, 16, 18, 19
kesejahteraan psikologis	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22
ketenangan	8, 18, 19
kontrol	8, 18
kreativitas	19, 18

kualitas hidup	3
<i>life satisfaction</i>	8
produktivitas	9
religiusitas	2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22
resiliensi	1, 6
<i>spiral of wellbeing</i>	9





LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penelitian

SKALA PILOT TEST

RAHASIA



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan ini, saya atas nama Fitri Atikasari S.Psi. sedang melaksanakan penelitian tesis sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Sains (M.Si.) di Program Studi Psikologi Sains Direktorat Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang. Oleh karena itu, saya mengharapkan partisipasi saudara (i) sehingga berkenan mengisi skala terlampir sebagai berikut.

Kerjasama saudara (i) sangat berarti bagi saya serta bermakna pula bahwa saudara (i) telah turut berkontribusi pada kemajuan ilmu pengetahuan. Adapun jawaban saudara (i) merupakan rahasia pribadi dan atas hal tersebut saya menyatakan menjamin kerahasiaan tersebut. Agar leluasa memberikan tanggapan atas pernyataan dan pertanyaan pada skala berikut, maka saudara (i) diperkenankan menuliskan nama samaran pada data pribadi yang tersedia. Diharapkan tidak ada satu nomor pun yang terlewatkan pada pengisian tiga bagian skala ini. Kesungguhan dalam menjawab sangat menentukan kualitas hasil penelitian.

Atas kerjasama dan keterlibatan dari saudara (i) saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Malang, 2018

Fitri Atikasari

Nama/ Inisial	:
Usia	:
Jenis Kelamin	:
Agama	:
Kelas	:

Isilah kuesioner di bawah ini dengan cara memberi tanda silang (X) pada jawaban yang Anda pilih.

Keterangan:

1. Sangat Tidak Setuju (STS)
2. Tidak Setuju (TS)
3. Ragu (R)
4. Setuju (S)
5. Sangat Setuju (SS)

NO	Pernyataan	STS	TS	R	S	SS
1.	Saya tidak takut menyampaikan pendapat meskipun berbeda dengan pendapat kebanyakan orang					
2.	Apa yang dilakukan orang lain, biasanya tidak mempengaruhi keputusan yang saya buat					
3.	Saya cenderung khawatir terhadap penilaian orang lain					
4.	Saya kesulitan menyampaikan pendapat saya bila dalam situasi yang tidak pada umumnya					
5.	Saya termasuk orang yang bertanggung jawab terhadap segala aktifitas yang saya lakukan dalam kehidupan sehari-hari					
6.	Saya mampu menangani segala urusan pribadi saya					
7.	Saya dapat mengatur segala urusan saya dengan baik					
8.	Saya termasuk orang yang peduli terhadap lingkungan					
9.	Saya tidak banyak mengenal orang-orang di lingkungan sekitar					
10.	Saya jarang melakukan aktifitas positif di lingkungan sekitar					
11.	Saya kurang puas dengan hidup saya karena kesulitan untuk mengaturnya					
12.	Saya memiliki pengalaman baru yang dapat memberikan kesempatan untuk menambah wawasan diri					
13.	Kehidupan pribadi saya dapat berkembang lebih baik					
14.	Saya kurang tertarik pada kegiatan yang mengembangkan wawasan diri					
15.	Saya tidak nyaman dalam situasi baru yang mensyaratkan saya untuk merubah kebiasaan dalam melakukan beberapa hal					

16.	Saya belum mengembangkan potensi diri saya dengan baik					
17.	Saya nyaman melakukan percakapan pribadi dan beramai-ramai dengan anggota keluarga maupun teman-teman					
18.	Saya suka meluangkan waktu untuk orang lain					
19.	Saya dapat mempercayai teman saya dan mereka pun dapat mempercayai saya					
20.	Saya memiliki sedikit teman yang bersedia mendengarkan keluh kesah saya					
21.	Saya merasa orang lain memiliki lebih banyak teman daripada saya					
22.	Saya adalah orang yang memiliki sikap optimis dalam menjalani kehidupan di masa depan					
23.	Saya menyusun berbagai rencana masa depan dan saya akan berusaha untuk mewujudkannya					
24.	Aktifitas sehari-hari saya bersifat remeh-remeh dan tidak penting bagi saya					
25.	Saya tidak mengetahui dengan baik apa yang ingin saya raih dalam hidup					
26.	Menetapkan target yang tercapai pada diri saya adalah hal yang sia-sia					
27.	Saya merasa belum melakukan segala hal yang seharusnya dilakukan dalam hidup ini					
28.	Segalanya berjalan mengarah pada tujuan terbaik meskipun saya telah melakukan kesalahan dimasa lalu					
29.	Saya merasa nyaman tentang diri saya sendiri ketika dibandingkan dengan orang lain					
30.	Saya orang yang percaya diri dan memiliki sikap positif					
31.	Orang lain lebih banyak mendapatkan hal-hal baik daripada saya					
32.	Saya merasa kecewa terhadap berbagai pencapaian saya dalam hidup					
33.	Saya merasa penilaian terhadap diri saya tidak positif dibandingkan orang lain menilai dirinya					

Isilah kuesioner di bawah ini dengan cara memberi tanda silang (X) pada jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri Anda

Tidak ada jawaban yang salah dari tes ini. Semua jawaban benar adalah benar, bila sesuai dengan keadaan kita sendiri

1. Seberapa sering Anda memikirkan persoalan-persoalan keagamaan?
a. Sangat sering
b. Sering
c. Jarang
d. Tidak pernah
2. Seberapa besar keyakinan Anda mengenai kehadiran Tuhan atau sifat KeTuhanan?
a. Sangat yakin
b. Yakin
c. Tidak Yakin
d. Sangat tidak yakin
3. Seberapa sering Anda ikut andil bertugas dalam kegiatan-kegiatan keagamaan?
a. Sangat sering
b. Sering
c. Jarang
d. Tidak pernah
4. Seberapa sering anda beribadah/ berdo'a?
a. Sangat sering
b. Sering
c. Jarang
d. Tidak pernah
5. Seberapa sering Anda mengalami situasi dimana Anda memiliki keyakinan bahwa Tuhan mengendalikan hidup Anda?
a. Sangat sering
b. Sering
c. Jarang
d. Tidak pernah
6. Seberapa tertarik Anda mempelajari lebih banyak topik mengenai agama?
a. Sangat tertarik
b. Tertarik
c. Tidak tertarik
d. Sangat tidak tertarik
7. Seberapa penting bagi Anda untuk terlibat dalam kegiatan keagamaan?
a. Sangat penting
b. Penting
c. Tidak terlalu penting
d. Tidak penting sama sekali
8. Seberapa penting ibadah/ do'a pribadi bagi Anda?
a. Sangat penting
b. Penting
c. Tidak terlalu penting
d. Tidak penting sama sekali
9. Seberapa sering Anda mengalami situasi dimana Anda memiliki perasaan bahwa Tuhan ingin berkomunikasi dengan Anda, atau ingin mengungkapkan sesuatu pada Anda?
a. Sangat sering
b. Sering
c. Jarang
d. Tidak pernah
10. Seberapa sering Anda memperoleh jawaban pertanyaan keagamaan lewat radio, televisi, internet, koran atau buku?
a. Sangat sering
b. Sering
c. Jarang
d. Tidak pernah
11. Seberapa penting bagi Anda dapat terhubung dengan komunitas keagamaan?
a. Sangat penting
b. Penting
c. Tidak terlalu penting
d. Tidak penting sama sekali
12. Apakah Anda meyakini bahwa jagad raya ini diatur oleh kekuatan/ kekuasaan Allah?
a. Sangat yakin
c. Tidak Yakin

- b. Yakin d. Sangat tidak yakin
13. Seberapa sering Anda secara spontan berdoa ketika terinspirasi keadaan atau situasi dalam kehidupan sehari-hari?
- a. Sangat sering c. Jarang
- b. Sering d. Tidak pernah
14. Seberapa sering Anda mengalami kejadian dimana Anda merasakan bahwa Tuhan benar-benar ada?
- a. Sangat sering c. Jarang
- b. Sering d. Tidak pernah



Isilah kuesioner di bawah ini dengan cara memberi tanda silang (X)

pada jawaban yang Anda pilih.

Keterangan:

1. Sangat Tidak Setuju (STS)
2. Tidak Setuju (TS)
3. Kurang Setuju (KS)
4. Setuju (S)
5. Sangat Setuju (SS)

NO	Pernyataan	STS	TS	KS	S	SS
1.	Saya tidak merasa bahagia dengan keadaan saya					
2.	Saya sangat memperhatikan orang lain					
3.	Saya merasa hidup saya sangat beruntung					
4.	Saya merasa nyaman hampir dengan semua orang					
5.	Saya sering terbangun dalam keadaan lelah					
6.	Saya kurang optimis tentang masa depan					
7.	Saya selalu menemukan hal yang menyenangkan					
8.	Saya selalu berkomitmen dan menikmati hal-hal yang saya lakukan					
9.	Kehidupan ini menyenangkan					
10.	Saya bisa tertawa lepas					
11.	Saya cukup puas dengan setiap hal dalam hidup saya					
12.	Saya tidak berpikir bahwa diri saya menarik					
13.	Saya sangat bahagia					
14.	Saya menemukan keindahan dari suatu hal					
15.	Saya selalu memberikan keceriaan pada orang lain					
16.	Saya dapat mengatur waktu untuk hal-hal yang ingin saya lakukan					
17.	Saya merasa tidak bisa mengontrol kehidupan saya					
18.	Saya dapat menerima semua kejadian dalam hidup					
19.	Saya merasa selalu siap menghadapi situasi apapun					
20.	Saya sering merasa gembira					
21.	Saya kesulitan mengambil keputusan					
22.	Saya tidak menemukan sense makna dan tujuan hidup					
23.	Saya selalu bersemangat					

24.	Saya biasanya memberikan pengaruh positif pada lingkungan					
25.	Saya tidak merasa senang ketika bersama orang lain					
26.	Saya merasa tidak begitu sehat					
27.	Saya mempunyai masa lalu yang tidak menyenangkan					



Lampiran 2. Blueprint Instrumen Penelitian

Blueprint Skala Kebahagiaan

$$\alpha = 0,838$$

No.	Aspek	Sebelum Tryout			Sesudah tryout		
		Item Favourable	Item Unfavourable	Jumlah Item	Item gugur	Total item gugur	Total Item valid
1.	Life satisfaction	3, 17, 9, 2, 4	5, 14, 24	8	14	1	7
2.	Joy	22, 12, 6, 7, 10, 15	1, 10, 27	9	10	1	8
3.	Self esteem	26, 8, 25	13, 28	5	-	0	5
4.	Calm	21, 18	29	3	-	0	3
5.	Control	30, 11	19, 23,	4	-	0	4
6.	Efficacy	16	-	1	-	0	1
Total		19	12	29	2	2	27

Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis

$$\alpha = 0,859$$

No.	Aspek	Sebelum Try out			Sebelum Try out		
		Item Favourable	Item Unfavourable	Jumlah Item	Item gugur	Total Item gugur	Jumlah Item Valid
1.	Otonomi	1, 2, 3, 4	5, 6, 7	7	3, 4, 6	3	4
2.	Penguasaan lingkungan	8, 9, 10, 11	12, 13, 14	7	-	0	7
3.	Pengembangan diri	15, 16	17, 18, 19, 20, 21	7	18, 19	2	5
4.	Hubungan positif dengan orang lain	22, 23, 24, 25	26, 27, 28	7	22, 26	2	5
5.	Tujuan dalam hidup	29, 30	31, 32, 33, 34, 35	7	31	1	6
6.	Penerimaan diri	36, 37, 38, 39	40, 41, 42	7	36	1	6
Total		20	22	42	9	9	33

Blueprint Skala Religiusitas

$$\alpha = 0,739$$

No.	Aspek	Sebelum Tryout		Sesudah Tryout		
		Item	Total Item	Item gugur	Total item gugur	Total Item valid
1.	Pengetahuan	1, 6, 11	3	-	0	3
2.	Keyakinan	2, 7, 12	3	7, 12	2	1
3.	Ibadah publik	3, 8, 13	3	-	0	3
4.	Ibadah personal	4, 9, 14	3	-	0	3
5.	Pengalaman	5, 10, 15	3	-	0	3
Total			15	2	2	13



Lampiran 3. Uji Normalitas Data dan Analisis Korelasi

Hasil Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Y_PWB	X_R	M_H
N		235	235	235
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	3,5662	3,3376	3,6797
	Std. Deviation	,40725	,30504	,44583
Most Extreme Differences	Absolute	,038	,072	,069
	Positive	,022	,057	,054
	Negative	-,038	-,072	-,069
Kolmogorov-Smirnov Z		,585	1,103	1,058
Asymp. Sig. (2-tailed)		,883	,176	,213

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Statistics

		Y_PWB	X_R	M_H
N	Valid	235	235	235
	Missing	0	0	0
Mean		3,5662	3,3376	3,6797
Std. Deviation		,40725	,30504	,44583

Correlations

		Y_PWB	X_R	M_H
Y_PWB	Pearson Correlation	1	,338**	,735**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000
	N	235	235	235
X_R	Pearson Correlation	,338**	1	,374**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000
	N	235	235	235
M_H	Pearson Correlation	,735**	,374**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	235	235	235

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 4. Uji mediasi menggunakan *Macro Process* (Hayes)

Model : 4
Y : Y_PWB
X : X_R
M : M_H

Sample
Size: 235

OUTCOME VARIABLE:
M_H

Model Summary

	R	R-sq	MSE	F	df1	df2
p	,3738	,1397	,1717	37,8494	1,0000	233,0000
	,0000					

Model

	coeff	se	t	p	LLCI
ULCI					
constant	1,8563	,2976	6,2368	,0000	1,3647
2,3478					
X_R	,5463	,0888	6,1522	,0000	,3997
,6930					

OUTCOME VARIABLE:
Y_PWB

Model Summary

	R	R-sq	MSE	F	df1	df2
p	,7379	,5445	,0762	138,6821	2,0000	232,0000
	,0000					

Model

	coeff	se	t	p	LLCI
ULCI					
constant	,8604	,2142	4,0177	,0001	,5068
1,2141					
X_R	,0985	,0638	1,5446	,1238	-,0068
,2038					
M_H	,6460	,0436	14,8028	,0000	,5739
,7180					

***** TOTAL EFFECT MODEL

OUTCOME VARIABLE:
Y_PWB

Model Summary

	R	R-sq	MSE	F	df1	df2
p						

,3381 ,1143 ,1475 30,0803 1,0000 233,0000
,0000

Model

	coeff	se	t	p	LLCI
ULCI					
constant	2,0595	,2759	7,4658	,0000	1,6040
2,5151					
X_R	,4514	,0823	5,4846	,0000	,3155
,5874					

***** TOTAL, DIRECT, AND INDIRECT EFFECTS OF X ON Y

Total effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	ULCI
c_ps c_cs					
,4514 ,0823		5,4846	,0000	,3155	,5874
1,1085 ,3381					

Direct effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	ULCI
c'_ps c'_cs					
,0985 ,0638		1,5446	,1238	-,0068	,2038
,2419 ,0738					

Indirect effect(s) of X on Y:

Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
M_H	,3529	,0639	,2474
			,4581

Partially standardized indirect effect(s) of X on Y:

Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
M_H	,8666	,1469	,6234
			1,1045

Completely standardized indirect effect(s) of X on Y:

Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
M_H	,2644	,0490	,1830
			,3443

***** ANALYSIS NOTES AND ERRORS

Level of confidence for all confidence intervals in output:
90,0000

Number of bootstrap samples for percentile bootstrap confidence
intervals:
5000

----- END MATRIX -----